



COOKING PASSION SINCE 1877

## LÅNGJÄSTA KANELBULLAR



### INGREDIENSER

#### DEG

1000 g vetemjöl (special eller stenmalet)  
400 g mjölk (3% fett)  
160 g socker (gärna muscovado eller råsocker)  
10 g hela kardemummakärnor  
9 g salt  
3 g färsk jäst (röd)  
250 g smör (rumsvarmt)  
250 g tangzhong (se nedan) eller 220 g vatten/mjöl

#### TANGZHONG

40 g vetemjöl  
250 g vatten

#### FYLLNING

250 g smör (rumsvarmt)  
200 g socker (gärna muscovado eller annan råsocker)  
25 g kanel (om ceylon-kanel, 35 g)  
30 g vetemjöl

#### TOPPING

2 ägg för pensling  
Pärlosocker  
Sockerlag

### TILLAGNING

Ta fram smöret så det hinner bli rumstempererat. Blanda ingredienserna till tangzhongen i en kastrull och värm under omrörning tills den får en såsaktig konsistens, cirka 66°C. Låt svalna något.

Mortla hela kardemummakärnor och blanda med mjölken, sockret, jästen, saltet och tangzhongen i en större bunke (4-5 liter). Blanda i mjölet i degen för hand eller med köksassistent på låg hastighet tills degen gått ihop. Degen ska vara ganska fast vid denna tidpunkt. Låt vila i cirka 20 minuter.

Knåda in det rumstempererade smöret i degen, först hälften tills allt smör gått samman med degen, sedan resten. Du kan hyvla skivor av smöret för att det ska värmas snabbare och vara enklare att knåda in. När degen gått ihop igen kommer den kännas kladdigare och lösare. Lägg den i en ren bunke med lock, plast eller våt handduk.

Efter 30-60 minuter viker du ihop degen i bunken (eller på ett lätt mjölat bord) några vändor. Upprepa efter ytterligare 30-60 minuter. Totalt ska degen jäsa ca 4-6 timmar eller till du ser en tydlig volymökning (75-100%). Det går också utmärkt att ställa degen i kylan över natten, efter att den jäst 2-3 timmar i rumstemperatur, för att fortsätta med steg 5 dagen efter.

Dags för fyllningen! Blanda mjukt smör, socker, kanel och mjöl i en bunke till det blir en smidig och lös massa. Känns fyllningen för hård för att breda ut, kan du smälta lite smör, eller bryn smöret i en stekpanna för att höja smakerna ännu mer, och blanda i.

Mjöla ett bord, vänd ut degen och kavla ut till en rektangel. Om du vill göra knutar med remsor kavlar du ut degen till 100 cm på längden och så mycket som möjligt på bredden. Sprid sedan ut ett tunt, jämnt lager fyllning.

Vik den övre halvan ned till mitten av degen. Vik sedan den undre halvan över paketet, hela vägen upp i ett så kallat "treslag". Mjöla paketet lätt och tryck ut luften med händerna där det bildats bubblor. Paketet bör nu vara ca 30 cm på höjden.

Skär upp remsor på 1-2 cm (ca 100 g styck). Snurra sedan remsorna till knutar, lägg på en plåt och täck den med plast.

Önskar du mer "klassiska" bullar till utseendet kan du istället för treslaget rulla ihop degen till en rulle och sedan skära ut skivor som du placerar i bullformar på en plåt.

Låt bullarna jäsa till dubbel storlek, helst till den punkt att du inte tror de kan bli större! Det kan ta 4-7 timmar i rumstemperatur, beroende på hur varmt det är och om du haft i mer jäst i början. Du kan även ställa plåtarna i kylan efter formning, för att sedan ta fram dem på kvällen för att långsamt jäsa upp över natten - redo att bakas på morgonen dagen därpå.

Förvärm ugnen på 220°C varmluft, helst med extra undervärme, eller 230°C över-/undervärme. Blanda ett helt ägg, en äggula samt lite salt som du vispar ordentligt. Pensla blandningen på bullarna och strö över pärlsocker.